



Magiczny
Kraków

7 sierpnia: Dzień Pracownika Opieki nad Osobami Starszymi

2026-08-07

Pomagają wstać z łóżka, przygotowują posiłki, pilnują leków, towarzyszą podczas spacerów i wizyt u lekarza. Czasami są jedynymi osobami, z którymi senior może spokojnie porozmawiać. Dzisiaj, 7 sierpnia, obchodzimy **Dzień Pracownika Opieki nad Osobami Starszymi**. To okazja, aby zauważyć ludzi wykonujących pracę trudną, odpowiedzialną i wciąż zbyt rzadko docenianą.

Opiekun osoby starszej nie zajmuje się wyłącznie wykonywaniem codziennych czynności. Jego zadaniem jest także zapewnienie seniorowi poczucia bezpieczeństwa, spokoju i godności. W wielu przypadkach potrzebne są cierpliwość, odporność psychiczna oraz umiejętność reagowania w nieprzewidzianych sytuacjach.

To zawód, w którym nie wystarczy znać procedury. Trzeba również umieć słuchać.

Seniorów przybywa, a wraz z nimi rośnie potrzeba opieki

Znaczenie pracy opiekunów najlepiej pokazują liczby. Według Głównego Urzędu Statystycznego **pod koniec 2024 roku w Polsce mieszkało około 10 milionów osób w wieku co najmniej 60 lat**. Seniorzy stanowili już 26,6 proc. całej ludności kraju. Oznacza to, że więcej niż co czwarty mieszkaniec Polski należał do tej grupy wiekowej.

Jeszcze w 2005 roku osoby po sześćdziesiątce stanowiły 17,2 proc. społeczeństwa. Według prognoz **w 2060 roku ich udział może wzrosnąć do ponad 38 proc.** (CBOS). Zmiana zachodzi więc bardzo szybko.

Oczywiście nie każdy senior potrzebuje stałej pomocy. Wiele osób przez długie lata pozostaje aktywnych, samodzielnych i zaangażowanych w życie rodzinne oraz społeczne. Wraz z wiekiem częściej pojawiają się jednak choroby przewlekłe, trudności z poruszaniem się, problemy ze wzrokiem, słuchem czy pamięcią. Wtedy nawet zwykłe zakupy, kąpiel albo przygotowanie obiadu mogą stać się dużym wyzwaniem.

Ponad 128 tysięcy osób korzysta z opieki stacjonarnej

Według najnowszych danych Głównego Urzędu Statystycznego **pod koniec 2025 roku w Polsce działało 2325 stacjonarnych zakładów pomocy społecznej**. Placówki te dysponowały łącznie ponad 138 tysiącami miejsc, a przebywało w nich około 128,2 tys. mieszkańców.

W ciągu roku liczba mieszkańców takich placówek wzrosła o 3 proc., a liczba dostępnych miejsc o 3,1 proc. Dane te pokazują, że zapotrzebowanie na zorganizowaną opiekę systematycznie się zwiększa.

Trzeba jednak pamiętać, że domy pomocy społecznej i placówki całonocne to tylko część systemu. Wiele pracowników opieki odwiedza seniorów w ich mieszkaniach. Inni pracują w dziennych domach pobytu, centrach seniora, hospicjach, zakładach opiekuńczo-leczniczych lub prywatnych firmach



**Magiczny
Kraków**

opiekuńczych.

Dobra opieka nie pojawia się sama

Dzień Pracownika Opieki nad Osobami Starszymi przypomina, że dobra opieka nie pojawia się sama. Tworzą ją konkretni ludzie. Cierpliwi, uważni i gotowi być obok wtedy, gdy druga osoba najbardziej potrzebuje pomocy.

7 sierpnia warto podziękować im za codzienną pracę. Za podaną dłoń, spokojne słowo, przygotowany posiłek i poczucie bezpieczeństwa, którego nie da się przedstawić w żadnej statystyce.